

Miellat de metcalfa

Récolte : fin d'été

Où : variable, en fonction de la présence de metcalfa

Au nez, il a une légère odeur boisée et de fruits cuits.

En bouche, on retrouve des arômes chauds, maltés, de café ou de lait concentré. Il est modérément sucré.

C'est un miel très sombre, comme tous les miels de miellats, qui reste longtemps liquide, car il est riche en fructose.



Le metcalfa est une sorte de papillon qui suce la sève des végétaux et sécrète un suc, **le miellat**, que les abeilles butinent. Les pucerons sécrètent aussi du miellat, mais sur les sapins. Avec ce miellat, les abeilles produisent un autre miel : le miel de miellat de sapin.

Panna Cotta au miel de miellat

Pour 8 ramequins

- 500 g de crème fraîche épaisse • 500 ml de lait entier
- 6 cuil. à soupe d'eau froide • 3 feuilles de gélatine (ou 1/2 cuil. à soupe d'agaragar) • 200 g de miel de miellat de metcalfa • 1 cuil. à thé de vanille (ou une gousse)

Pour le service : miel ou compote de rhubarbe (au goût)

- Dans une casserole, mélanger la crème, le lait et la vanille. Chauffer jusqu'à frémissement, couvrir et retirer du feu.

- Dans un petit bol, tremper les feuilles de gélatine (ou saupoudrer l'agaragar) dans l'eau et laisser reposer 5 minutes.

- Retirer la gousse de vanille et incorporer le miel et la gélatine (ou l'agaragar) au mélange crème-lait.

- Refaire chauffer à feu doux quelques minutes, en remuant, sans faire bouillir.

- Retirer du feu, laisser tiédir et verser dans 8 ramequins (ou verres). Réfrigérer pendant 2 à 3 heures.

Servir avec un filet de miel de miellat ou 2 cuil. à soupe de compote de rhubarbe.

